

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 06.10.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Пудинг "Лакомка " с вареньем	150/25	366	14,1	9,3	56,4	5,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	45	126	3,6	0,9	25,7	2,6
Стоимость рациона	96,63	578	18	16,5	89,3	8,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем,зеленью	250	83	1,7	5	7,8	0,8
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	34	42	2,4	0,4	14,6	1,4
Стоимость рациона	115,96	629	23,2	23,2	89,4	8,9
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с джемом	100	272	4,8	5,2	51,3	5,1
Компот из апельсинов	220	76	0,2	0,1	19,0	1,9
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	397	5,4	5,7	81,1	8,1

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 06.10.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Пудинг "Лакомка " с вареньем	150/25	366	14,1	9,3	56,4	5,6
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	27	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	571	16,8	16,5	88,7	8,8
Обед 1-4 класс						
Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	200	66	1,4	4	6,2	0,6
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,1	1,7
Стоимость рациона	115,96	721	25,4	22,8	103,5	10,3

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 06.10.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Пудинг "Лакомка " с вареньем	150/25	366	14,1	9,3	56,4	5,6
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	27	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	571	16,8	16,5	88,7	8,8
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем,зеленью	200	66	1,4	4	6,2	0,6
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,1	1,7
Стоимость рациона	115,96	721	25,4	22,8	103,5	10,3
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с джемом	100	272	4,8	5,2	51,3	5,1
Компот из апельсинов	220	76	0,2	0,1	19,0	1,9
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	397	5,4	5,7	81,1	8,1

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

Меню учителя на 06 ОКТЯБРЯ 25 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло шоколадное	13,2	10	65	0,1	6,2	2,2	0,2
Первые блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем ,зеленью	13,36	250	83	1,7	5,0	7,8	0,8
Вторые блюда							
Пудинг " Лакомка " с вареньем	74,30	150/25	366	14,1	9,3	56,4	5,6
Гуляш из говядины	78,32	100	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Гарниры							
Каша гречневая рассычатая	10,99	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Помидоры свежие (доп.гарнир)	13,01	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
Напитки							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
Инженер-технолог	Калькулято						
Горячкина Н.Н.	Р						
	Мальшева Г.А.						

] Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.